

目次

我们为什么要写作？写作前需要想明白的五大问题	2
第一课 时间精力生活管理方法	8
第二课：同样的事情，为什么别人能写本书，自己却什么感受都没有？	28

前三章读后感：

写作作为职业，对于经历过学校教育磨砺的普通人来说，总是望而却步。太多的外在压迫感，过早让普通人失去了兴趣。虽然过程无奈，结果平凡，但是，这个世界上大多数人都恐惧和烦恼的事，也许正在某个角落，恰恰是人们最需要的。很难想象，戏剧、歌曲、脱口秀没有文学创作会是什么样子。虽然需要，但一想到写作，就头皮发麻，甚至生理上就开始不自觉摇头了。

因为人性，都是畏难的。

写作和人生中其他成就所必须的一样，兴趣，目标，忍耐，精细，敬业，好奇一样都不能少。诚如那些纯粹和充满探索精神的人，会从高山贝壳中，发现海洋的秘密，他们不仅有体力，生活中也保持着孩童般的活力，走出城市，奔赴荒野，惊喜未知，才能在偶遇中发现这个世界的痕迹，打破万亿年密码，像个小孩子一样快乐。

我们为什么要写作？写作前需要想明白的五大问题

作者簡介

我是一只特立独行的猫。

过去十年，我坚持利用每天下班后的时间写作，从未停笔。十年间，我出版了五本书，其中两本成为百万级销量的超级畅销书。我活跃于多个网络平台：新浪微博拥有28万粉丝，新浪博客累计点击量超过1000万，豆瓣拥有13万关注者，同时在简书、今日头条等平台持续分享内容。每一篇文章，都能迅速吸引大量读者，许多人从最初偶然的相遇，成为陪伴我多年的忠实粉丝。

尽管如今微信公众号炙手可热，我的公众号也在一年内成长至50多万粉丝，但我始终认为，平台只是媒介，写作本身才是核心。我关注的，是写作如何重塑一个人的思维与生活，以及如何用我的经历，帮助更多人走出迷茫，成就未来。



1.那如果你写作的目的最初就是因为钱为了让自己暴富，可能你不太适合这件事情，因为写作归根结底是一件非常辛苦的事情，而但凡辛苦的事情，如果不是因为热爱或者说喜欢，基本上都不会做得太长久，而且遇到任何的困难都会立刻打退堂鼓。

从我个人浅薄的经历和对周围写作爱好者的观察来看，每天几小时的写作经常写到半夜时间，大量的阅读输入以及与读者粉丝的互动，更重要的是对题材的选择和对内容创意的思考，才是更具挑战性的烧脑，因此你最先要喜欢这件事情，愿意为此付出时间，减少娱乐，甚至睡眠，才可能把这件事情做得好。

2. 其次写作不是一蹴而就的。

其实你会很多套路和技巧，但没有大量的阅读和实践，没有经历市场和读者的长时间检验和磨砺，你写出来的东西可能连你自己都觉得不想回头看，可能你会说不一定，我结果谁就是从公众号开始红的很快变现，而且现在很有钱了。

其实很多人在写作之前都已经在各自的领域小有名气了，也经历过一段时间的练习和市场考验，但通常我们看到的只是别人的变现，别人在变有名，别人有了很多东西，我们没有看到的是他们在每一个深夜熬夜写作的场景，还有一些是一些高智商高情商的职场精英，他们丰富的职场和社会阅历为他们写作提供了大量而丰富的素材，也为他们日后快速崛起提供了坚实的基础。

可以说写作这件事情靠的就是积累阅读、实践、练习素材，如果没有丰富的积累，至少平时要开始刻意练习。当然这也是我们未来要讲到的一点。**如何在没有天赋的情况下，通过刻意练习让自己的写作技能快速精进。**

3. 我们来讲一个很多人都想知道的问题，

就是很多人辞职写作赚了钱，自己是否也可以用写作来赚钱养家？

在我周围这么长时间里，我也仅仅见过不超过5个人能有这样的运气和能力，甚至有很多人有很好的能力，但是一直运气不佳，也就一直无法崭露头角，大家都是社会人，靠的是自食其力过生活，因此我更建议你用下班后的时间先来练习表达和写作，从开始

一点点赚小钱开始，从两三百的稿费开始起步，这些钱可能不够你一顿饭钱，但是起步是你辛苦写作回报的开始，不要把写作想的太容易，不要看到一些帖子说自己从月入几千到月入几百万，就幻想自己也能够立刻暴富。

那么写作什么时候能够开始让你养家呢？

注意我说的是稳定变现，什么是稳定变现？靠的是能力而不是靠运气，不要把自己的运气当能力是稳定变现最重要的一点。

4. 写作一定需要天赋吗？

没有天赋就不能写作了吗？我们这些没有天赋的人到底该怎么办呢？其实我自己自认为我不是一个有写作天赋的人，但是走到今天我不敢说自己特别优秀，但我敢说足够勤奋和有心，虽然写作辛苦耗时长，但是是一个可以通过刻意练习来完成的事情。

我在10年前最开始写作的时候，每天会写1500字，雷打不动，即便加班

到12点回家，那个时候逼迫我自己练习观察力和思考力。后来我开始写公号，**发现**

靠灵感写作会让我的写作变得特别不稳定，因此我通过刻意练习来锻炼自己，每天都能写一篇的功力。

整个过程中我研究和积累了很多方法，**比如如何能够提高写作的观察力，如何收集素材，如何给文章起一个好题目**，甚至有一天你接广告了，我还可以教你如何写好一个商业软文，让你赚更多的钱。**这一切不光靠积累，还要靠刻意练习，靠敏锐的观察力，精湛的创造和思考力。**

5. 现在写作变现知识变现都特别弱，每个人都想跃跃欲试，但看到那么多人都成大号了，而且微信现在已经有**2000**多万注册量，自己还有机会吗？

还能来得及吗？这个问题我们可以从下面5个角度来进行自我审视。



第一是个人能力，无论在什么平台开始，首先是个人能力，当然了每个平台都有自己的风格和套路，但万变不离其宗的是写作者的真实水平。无论是写了一本书爆红排了某一篇文章让你成名了，最重要的是在这之前可能已经积累了很久，只是你没有看到，因此在考虑自己是否能红，什么时候能红的时候，要先考虑一下自己在写作这件事情上付出了多少心力，以及未来还想付出多大的心力。

我建议大家能多看一些真正的文学作品，因为在写作这件事情上，需要记住的不仅仅是套路，还有写作者独特的表达和故事内容。

第二是个人风格，想要在一个已经很火的平台上崭露头角，最快的办法就是树立自己的独特风格。每个时段我们都会有一些新号突然爆款爆发，你仔细观察，其实他们

都是因为独特的内容和风格，他们以独特的个人风格得到了公众的超然喜爱。其实现在公号的内容已经很多了，但少的是独立的个性和风格，好玩有趣是更多人追求的目标。

第三就是提前占位，新平台要不要去，会不会努力半天平台先死了？自己的努力还会有用吗？有没有那么多人看会有广告主吗？他能活多久？其实写作和占位和人生很多事情一样，提前占位非常重要，历史不会记住太多过往的人，但会记住第一个人。

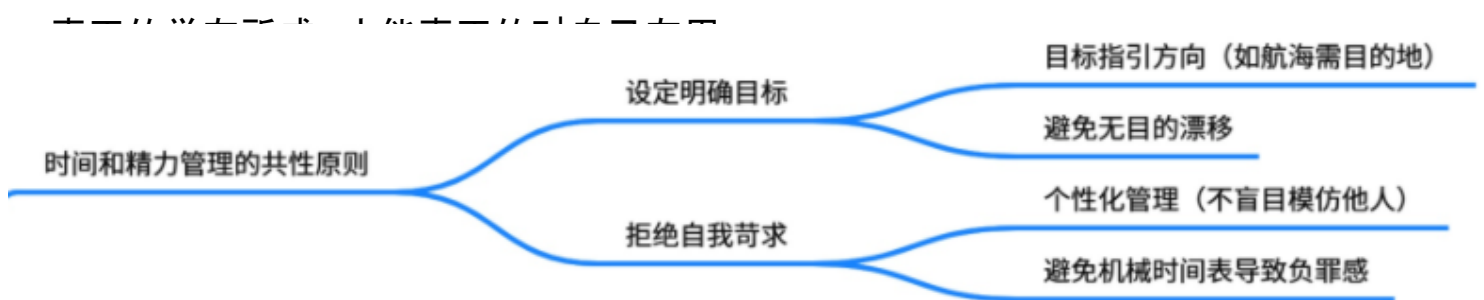
第四就是做事的目的。真正火的人无论在哪一个平台，为了钱肯定是有的，但是更重要的是为了表达和分享。有表达和分享欲望的人才是最初的原动力，也才会火，如果写作的目的就是为了火，为了红心浮气躁，只会变本加厉的让自己失去原动力，内容也会越来越差，火得越快，死得越快，讲了这么多，可能你会说没问题，我能吃苦能受累，能熬夜能坚持，我就不信我做不好。

一定能做好，因为你只要能坚持下来，技术上的问题其实都不是问题。但有一点你可能想象不到，它就是在写作之初，你会遭受到来自于周围很多人际上面的压力以及自己内心的变化，这点我想跟你提前说一说打一个预防针，不然以后真的遇到了的时候，这样的闹心可能比写不出来。

第1课 时间精力生活管理方法

很多同学提出自己的问题，比如说没有目标，手机占用了我们很多的时间，拖延症下班之后会觉得非常累，还有的同学有大块的时间，但却不知道怎么样去度过，东看看西看看刷刷手机时间就过去了，

因此今天欣姐想要讲的解决方案是从欣姐这么多年来经验教训总结出来的，具有非常强的可操作性，但无论是哪一条，希望今天学完之后能够真正的实践起来，用起来，



第一就是在做事情之前，我们要有一个目标，有了目标之后，整个人才能够有的放矢的向一个方向努力，就好像在大海上航行一样，如果你有一个目标，你就会往前一直前进。但如果你没有目标，你只是在大海上来回的漂，到哪漂到什么时候，你其实是完全不知道的，也根本就无法到达你想去的某一个地方。

第二点就是不要苛求自己，很多人喜欢说别人怎么样，你看谁怎么样，我跟他学我就苛求自己跟他一样，其实每个人都是不一样的，我们其实管理时间和精力更多的是管理自己，而不是模仿别人，无论是时间还是精力管理都不要苛求自己一定要如何如何。

我曾经就犯过这样的错误，我去模仿别人，或者在时间表上一小时一小时的给自己做计划，但最终的结果就是自己过分的依赖这样的一个时间表，很多的事情会做不好，因为自己总想着为什么别人能行，我自己不行，内心会充满了很多的负罪感，特别影响自己的效率。

而这种情况你会发现你只顶多坚持一个礼拜，可能你就再也坚持不下去了。

因为正常的生活不会像上学一样有课程表，一节课一节课都会有别人给你安排好了，老师会进教室，而自己不是机器，有的时候在这些事情上不会卡的那么严格，因此自

己如果过分的去依靠这些时间表的话，自己的效率就会有问题，

说完共性的问题，我们来分开说说时间和精力管理。

首先我们来看时间管理，我与大家分享几个关注度最高的问题和解决方案。第一点也是非常重要的一点，是对我个人改变最大的一点，也是我目前对我自己和我对我团队的要求。**那么凡事要提前完成，不要让截止时间追着你跑，这个是我个人受益非常大的一点。什么叫做提前完成？就是说如果下周一要交的东西，我可能在这周一就已经全部完成，并且给老板确认好了。**

1. 提前完成原则

截止日期前预留缓冲时间

案例：助理时期提前三天交付

那么剩下一周的时间里，如果发生任何的变化，或者需要补充任何的内容，我有足够的时间和耐心好好的去完成它。

我以前做过两年的老板助理，老板交给我的任何东西，我都要求我自己提前三天完成，剩下的时间去给老板修改，等到最后一天老板原来的截止日期到的时候，我交给老板的一定是最完美的版本，老板可以直接拿去体验或者交给客户，不需要自己去修改，更不需要连夜去修改。

因此从那个时候开始，我养成了这样的习惯，就是所有的事情必须提前完成。

到现在也是一样，比如说现在我给客户的任何东西，我都会要求客户提前两周给我，那么我提前一周给到客户，最少提前三天要求客户全部确认完毕，很少发生第二天早晨就要的东西，前一天晚上还在非常着急的修改，对吧？

所以。基本上你们看到我每天早晨发的微信的文章，其实提前一周就已经全部写好了，这样即使我发生任何的突发情况，比如说我去年生孩子，比如说可能我有

任何的突发状况，都不会影响我的文章的发送，也就进一步确保了我们工作的实效性和准确性，

而且。提前完成会让你更加从容不迫。



第二点也是对我改变和影响最大的一点，就是每天早晨要做好每日管理，去做一个to do list,

什么叫to do list？就是待办事项。

每天早晨或者前一天晚上，或者我个人更习惯的是在每周日的晚上，会对第二天或者是对下一整个一周要做的事情进行一个安排和梳理，可以写在小本上或者写在手机的APP上。

为什么一定要写下来？

因为我们每一个人随着年龄的慢慢增大，我们的生活里会有很多不同的事情，有上班的、有下班的、有家庭的、有工作的，我们不可能把所有的事情记得非常清楚，而且单纯靠脑子来记忆，每天都会特别焦虑，非常很着急很忙，因为你总害怕自己会不会说会忘掉了什么事情，

但如果。你用笔写下来就完全不一样了，脑子一天都会非常的轻松，你只要用脑子去记那些很重要的事情去就可以了，其他的事情可以完全依赖记录本就可以了。

每天晚上或者白天的时候随时翻看一下自己的记录本，看看今天做完了哪些事，还有哪些事没做，还有哪些事干脆忘干净了。看到小本上一项一项被勾掉，是一件特别有成就感的事情。

仅处理碎片事务（如转账、简单沟通）

3. 正确利用碎片时间

深度任务需整块时间

第三点叫做正确的利用碎片时间，碎片时间这个概念现在非常的流行，很多人都会说我特别会利用碎片时间，你看我等车等餐就5分钟，我都看本书，抱歉，你现在这个地方用错了碎片时间。

因为碎片时间只能用来处理碎片的事情，比如说银行转账打电话发一个不需要思考太深太多的邮件等等，但如果读书学习这种需要整块的时间，安静的沉浸在其中的事情，碎片时间就不实用了。

你遐想一下，每天等餐5分钟，你刚看了半页纸餐，到了合上书走了，出门等车5分钟，车来了，你又合上书上车了，你的时间不断的在被打碎成很多个5分钟，那么你对书的理解很可能只适合读个快餐书还差不多，但一般有深度或者需要连贯性的书，哪怕一本小说你可能都读不了。

但如果你长时间读不完这一本书的话，那么你对读书的兴趣就会开始下降，而且会非常着急，为什么别人一周能读4本书，为什么我天天这么高度利用的时间，我还是读不完这一本书呢？

因为你错误的利用了碎片的时间，这一点大家一定要注意，因为其实我们生活中也有很多碎片的事情需要我们要去处理，因此我们用碎片的时间处理碎片的事情，而不是要用碎片时间处理一些重要的事情，而用大块的时间去处理碎片的事情。

4. 避免计划过载

分散安排不同事项（如每日专注1-2件）

拒绝完美主义焦虑

第四点就是事情排列焦虑症，这个问题很多人都会发生，而且每一次提问都会问到这样的问题。这个问题是什么意思？就是说很多人说我对我下班之后的生活特别有规划，想唱歌、想跳舞、想学习、想下棋，还要去约会，还要去干这个还要去干，我觉得我的生活就应该是这样的，五光十色的。

但是我发现下班之后我只能完成两件事儿，其他的事情我都做不了，怎么办？我不是应该把他们放弃，可是我什么都不想放弃，该怎么办？

我个人认为在这个问题上我们犯了一个致命的错误，在做计划的时候高估了自己的时间和效率，每一天都想把所有的事情做一遍，一小时数学、一小时语文、一小时英语、一小时体育，但一晚上只有4个小时，你恨不得放进来8件事情肯定是做不完的，做不完你就会内疚，会觉得自己特没用，过两天又坚持不下去了，然后我就会觉得下班后做事情这件事简直没有办法去进行下去，

其实上。我们可以把事情分散开来，比如说今天读书，明天写作，后天跳舞，大后天你去听课，而且不需要把每一件事都准确的排在每一天里去完成，因为做任何的一件事情超过一个小时才能够让自己真正的投入进去，但人不是机器，不会有那么恰好的开始和结束，那么就必然会有负罪感，让我们觉得自己每天做的事情都效率不高，很着急的往前赶，而没有办法专注在事情本身上。

5. 建立工作仪式感

固定时段专注工作（如每天上午4小时）

身体形成条件反射

第五点，养成某种工作习惯，让你的身体适应起来。

我去年刚辞职的时候，生活特别混乱，可能早晨就会睡到12点，下午还是昏昏沉沉的，一天到晚也没有时间带孩子，但也没有什么精神和时间去写作，时间就被荒废过去了。

后来我认识了一个著名的编剧，我就请教他这个问题，他是怎么样每天在家里进行写作，而且能把自己的时间管理的特别好的。

他跟我说他每天雷打不动的早晨工作4个小时写剧本，其他的时间用来看电影、看书出去玩、旅行做饭都ok，时间随意分配，我觉得这个方法特别好，我就拿来去效仿这样的方法，但我不会效仿他一定是早晨或者是下午工作，因为我有我的时间的

安排，根据我的家庭情况来，可能你会说，但即使安排好这样的时间，每天早晨工作4小时，但并不是每一天在这个时间段内就一定会有灵感出现，我坐在那写不出来怎么办呢？

但是你要知道一点，当你真的开始养成这个习惯的时候，就像你上班，每天你到达办公室的时候，你的全身就开始紧张起来，你就会立刻投入到工作状态当中去。其实这也是一样的，你会发现当你那个点坐在那个位置的时候，你的身体会给大脑一个反应，就是你要开始工作了，而且一个好的写作者不能靠灵感来写文章，这样是非常不稳定的，而是要把工作作为一个常态来做，固定的时间固定的输出。

因此现在我虽然辞职在家工作，但是每天生活非常有规律，比如说我每天早晨起来会工作4个小时，或者带孩子去出去上课，那么下午回来孩子去休息的时候，睡觉的时候我依然在工作，那么晚上可能我有哪段时间是陪孩子玩，哪段时间继续工作，我让我

的身体适应了我的工作，每到这个时间点我就会自动的就在那开始投入到我的工作当中去了，也因此能够做到工作和生活都不是特别耽误，**如果你做事情全要靠心情靠灵感，把控制和自律的权利交给了一些不可控的因素，可能真的就什么都做不成。**

6. 学会拒绝

对非核心事务说“不”

效率优先于面子

第六点学会说不，这一点对我的影响太深了，我以前不太会拒绝别人，什么事都自己扛下来，别人只要找我，我觉得就是看得起我，我就答应别人一定要去做。因此有的时候把自己拖进了很多深渊里，很多事情其实我并不擅长，也不喜欢也不了解，但是为了面子，为了信守承诺，我花费了很多的时间去做，**但作为一个成年人最重要的是效率而不是面子。**

所以我们要在合适的时间对自己不擅长或者不愿意去做的事情，勇敢的说不，而不要
在一些无谓的事情上去浪费时间，

比如说有人要带你去聚会，有人请你去喝茶，有人要让你安排你想做一个你根本没做
过的事情，这个时候你不愿意去一些无谓的局去见一些不重要的人，或者是做一些不
擅长的事情，这个时候你就要勇敢的说，不因为这些事情即使你做，你的大脑会非常
的消极，在消极状态下做任何事情，效率都会非常低，也是根本做不好的。

7. 善用协作力量

外包/合作分担任务

案例：雇佣助理提升效率

第七点叫做善于利用别人的力量来做事情。如果你做一件事情，这件事情特别复杂的
话，你不需要自己一个人来承担所有的事情，你需要借助别人的力量来帮助你完成这

件事情。以前我不懂这个道理，我总是觉得所有的事情都应该由我一个人来完成，不是我觉得自己特别牛，而是觉得我不愿意麻烦别人。

后来我做很多的事情，把我自己的时间占用的特别死，无法释放出来更多的时间去陪伴家人，或者去做一些我一直想做的事情或者读一些书。

后来我的朋友跟我说你为什么要这样做？你明明可以去接受别人的帮助，然后分给别人一些钱，让别人来帮助你做这件事情，或者说你跟别人去合作，这样可能也会分到一些钱，但是彼此的合作会让你们的力量更强大。

后来我想我可以试一试，于是我找到一些助理来帮助我做一些事情，也开始跟别的人开始合作做一些事情。虽然我分走了一些钱，但是我发现那么多人来帮我的时候，集体的力量非常的强大，让我的效率增加了100多倍。

我现在事情做得越来越多越来越大，而每天事情做的也会越来越轻松，而我的注意力

会集中在一些非常复杂非常难度特别高的一些事情上，以及开拓新项目上面去，而不像以前很多小事情都需要我花费我的时间和精力去完成，因此虽然这种方法可能会让你收入少一点，但是会节省你大量的时间来开拓你更多的想要做的事情，所以这件事情是对我过去一年提升效率最高的一种方法。

8. 统筹并行任务

案例：通勤时间听知识音频

非专注场景多线程处理

第八点就是要统筹管理时间，在不需要特别专注的时候，可以考虑同步进行。

比如说我的助理，他每天开车把听广播的习惯改成了听得到APP上订阅的专栏文章，

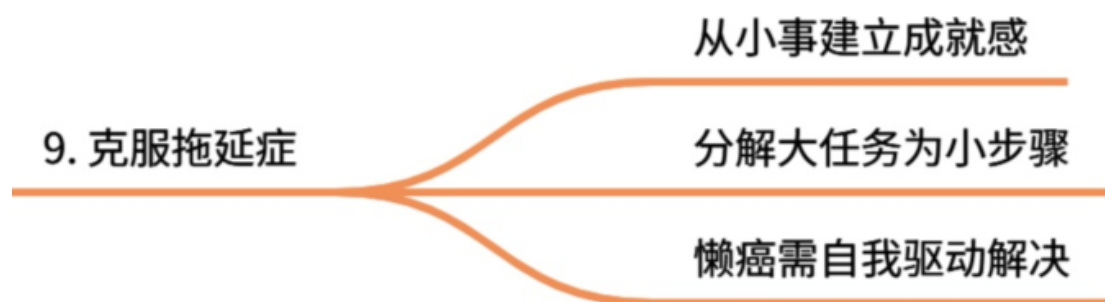
现在一年的时间到了，他总共听了有800多个小时，这个在APP的后台数据上是有显

示的，

很多人都说自己买了，买了没有时间听，没有时间看，其实是你没有用心的去

找时间。我助理每天他开车的时间听这些内容都成为他自己的一个写作素材。他现

在也自己做了一个公众号，有将近七八万的粉丝自己学到的这些东西都成为自己的写作素材，然后自己的文章写得越来越好。



第九点就是拖延症和懒癌怎么办？而且这个问题很严重，也是很多人共同的问题，对于拖延症来讲，最大的问题就是说我们做事总拖拖拉拉的，对一些事不到最后一刻钟就不会开始着急，我们内心对这种方法已经形成了一种思维定势，当我们的习惯了开始拖拉的时候，就很难再着急起来，比如说你去健身房，如果你每天都去都会形成一种惯性，精神抖擞，但如果你只要有一天没有去，你可能就会产生依赖。

第二天也不会再去，第三天总觉得我明天再去，最终你可能一年再也没有去过了。

因此拖延症最好的方法就是第一从小事情做起，逐步体会到提前完成事情带给你的成就感。

我举一个例子，比如说下班的时候，我们回家第一件事是什么？洗澡吃饭。收拾屋子，这些事情如果你能立刻就做半小时之内完成，那么今天晚上你就会有整块的时间，可能3~4个小时可以用来看书，可以用来写作，可以用来做任何你想做的事情。但如果你下班后只是躺在沙发上刷手机，他到9点才想起来，我还是爬起来吃口面，明明知道要洗澡还懒得去洗，最终等到12点的时候，你发现洗澡的话，头发也干不了了就算了。但这个时候写书看书写作也没有时间了，还是算了，这样你的一晚上都过去了，但是内心会依然感觉到很大的负罪感。

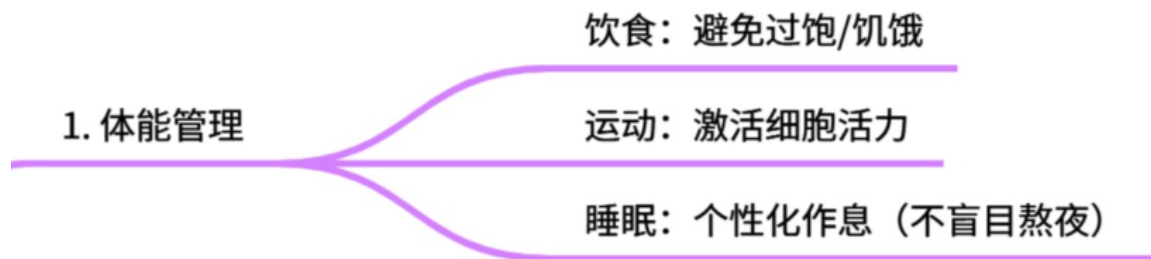
第二点就是专注，不要试图同一个时间做很多事情，专注的完成一件事情，比多任务处理更快。

第三点就是把大事分解成一件件的小事，逐个去完成，用小事情带动自己先运转起来，你才能够把一件件小事做完，最终把那件大事情做完。

我还有一个问题就是懒，我一直觉得懒其实是没有什么办法的，就像我们每个人都想赚钱，想取得一些成就，那就一定要勤奋，这个道理是不难理解，而且我们每个人都知道的，但如果你说赚钱都需要别人催着打着推着往前走，你可能就应该是这么穷的，没有办法去解决你懒的问题，因为这是你自身的一个机能或者一种意识的问题。没有人能叫醒一个一直装睡的人，也没有人应该去永远把你打醒。

以上的9条就是我在过去10年当中感触最深，也是改变我最大提升我效率最强的9点，希望大家能够把这9点真正的理解，并且运用到实践当中去，哪怕只实践了一点，它可能也会让你忙乱的生活变得从容起来，那么这节课你就算没有白听。

下面我们来讲精力管理。



很多人都知道忙了一天的自己已经很累了，那么下班后怎么才能让自己还精神抖擞，精力，这个事情不都是靠自己身体的状态来控制的吗？怎么还能管理？

事实上。我们所说的精力管理分为三个部分，第一是体能，第二是情绪，第三是精神，这三点我们分开来讲一遍。

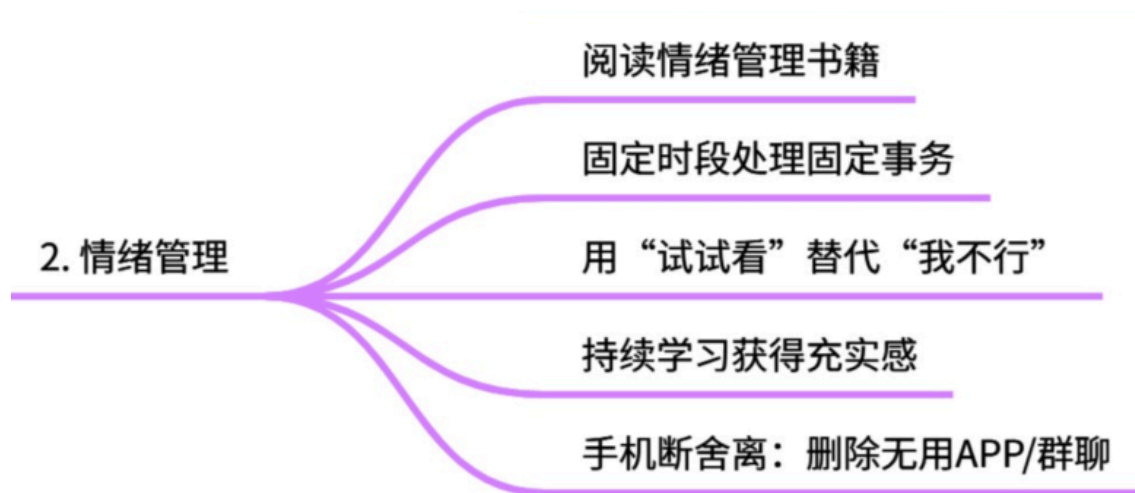
首先是管理，体能管理顾名思义就是身体健康方面的管理，无论怎么奋斗，身体健康是第一位的。因此在日常的饮食睡眠营养方面要保持健康的状态，相信大家在这方面其实都知道该怎么做，所以我就不用多说了，在这里我只强调三点，第一不要吃太多，

吃的多的时候你的血液会冲向胃里，自己就会犯困，特别是中午吃饭，而且不要试图很早吃饭或者晚上不吃饭，因为如果你不吃饭，晚上**10:00**左右的开始你就开始饿，你就会吃得更多，更而且还容易犯困和休息不好。

第二点就是健身，很多人对健身有误解，觉得自己已经好累了，干嘛还要去跑步，真是要了我的亲命了。但事实上健身能够让你的身体的每一个细胞都活跃起来，无论是去健身房，还是自己去跑步，跟着keep锻炼，并且如果你能找到一个健身群一起抱团，把自己放入一种气氛当中，不但能够精力旺盛，还会让自己开始慢慢爱上，让你越来越精神抖擞的事情。

第三点就是不要去试图模仿别人的作息和餐饮习惯。比如说有的人睡眠少，比如说我是家族遗传，不是特别能睡觉，因此我的精力可能比常人要好一点，再加上我自我驱动能力比较强，因此就特别旺盛精力，但如果你是一个特别需要睡眠的人，你就不可以学，我每天只睡6个小时，你要睡足你的9个小时，否则的话你今天一天的状态都非常不好，而且会非常影响你的身体健康。

我们要学习的是别人的一种精神和别人的一种生活方式，而不是说一定要克扣的几点睡几点起，因为每个人都是不一样的，**不是熬夜才代表你是成功，努力需要强调高效，而不是时间长短。**



其次我们来讲讲情绪管理，我们从小就生长在一个强调技术能力的环境里，比如说上学会不断教我们考知识考题，但是我们很少去关心如何处理好自己的情绪，因此情绪的好坏成为我们成年工作生活的最大干扰因素。我经常收到各种各样的来信，看

得出很多人因为一点小事情让自己的情绪受到了很大的影响，无法工作和生活，因此情绪对一个人的影响非常大。

在这里我分享几个生活当中经常能够遇到的小问题的解决方案，首先第一点就是阅读一些情绪管理方面的书籍，比如说在当当上去搜索情绪两个字，找排名比较高的书籍去看目录和介绍哪个更适合自己的，因为每个人情绪问题不一样，所以在这个地方我不能够做特别的推荐。

第二点下班后时间越多，越会觉得自己特别迷茫，害怕和恐慌，这其实是很多人都有的问题，因为如果忙忙碌碌就会觉得特别充实，但如果闲下来就会觉得很不知所措。

眼看着很多的时间过去了，自己什么都没干，好玩的时候总想着自己太浪费时间了，学的时候总觉得我自己应该对自己好一点，但不管你做什么，内心总想着另外一件事儿。

我以前也是经常是这样，后来我进行了一个调整，每天把时间固定好，什么时间做什

么事情安排好，比如说周1~5就是工作，周末就是陪家人和孩子在专注的时间里做专注的事情，该干什么干什么，把时间和事情都规划好。

第三点就是树立自己积极的心态，用试试看替代我不行。去年有人找我做一件全新的事情，我没有做过，我想都没有想就跟别人说我不行，你不要来找我，对方跟我说你为什么不去试试看，这么多人帮你，而且这是非常好的一个机会，过去了可就可能永远都不会有人再跟你提，也不会有这么多人帮你了，不要想都不想就说自己不行，要想想想看自己是真的不行，还是怕麻烦。

想了好几天，我发现我不是不能做，我是怕麻烦，我只想做自己轻车熟路容易做的事情，我并不是真的不会做，

一年过去了，我做了很多全新的事情，每一次全新的开始对我来讲都是挑战，但做的多了要培养自己的相应的能力，这是我人生非常重要的一课。

你不会就要让自己会不行就要让自己行，而不是遇到不熟悉的就往后退，这样无法进步，而且你赚钱的渠道永远拓展不开来。

第四点就是保持学习进步和充实的状态，不知道你们有没有紧迫感，我是一个有紧迫感特别强的人，**当我觉得自己在原地踏步的时候就会非常的恐慌。**以前我觉得我是因为没钱而没有安全感，当遇到了很多的事情之后，我发现我的安全感来自于对自己进步的充实感，并不是因为钱，如果这段时间我每天都特别有进步，心情就会特别好，即使不赚钱，我也会觉得特别高兴，觉得自己在不断变强大的感觉，因此每天保持学习一点，进步一点，能够增加对自己的迷之自信，感觉自己越来越棒，心情越来越好。

第五点就叫做手机焦虑症的不良情绪，这一点太多人有共鸣了，手机对我们的影响就不多说了，我们直接来说方法。**第一点，断舍离删除手机里近三个月没有用过的APP，**只留下生活必须用到的，比如说银行、购物、天气、邮件每天都要用到的一些。**第二点删掉手机，**微信里因为各种临时的原因加上但从来没有打过交道的人，如果你觉得累，那就一天删5个，慢慢删，**第三点删掉你加入过的微信群，你可能从来都不知道你加入过多少个微信群，**点击手机微信右上角的发起群聊，然后进入选择一个群，你进去看一看你加入过多少个群。

我那天用我的这个方法发现我加入过200多个群，而我自己根本就意识不到。

手机清理干净了，你的脑子就清理干净了一半，你就会觉得自己特别清爽。

第二点就是把手机声音打开，很多人说静音才能专心学习，开着手机怎么能专心学习，这是以前了。你现在静音一小时，你看看你肯定不断的拿起手机来看，有没有人找我，有没有人微信，我有没有人打电话给我，快递是不是有找过我？你会不断的拿手机起来看，有没有人找自己，因此如果你控制不住自己不理那个手机，那就把自己手机的声音打开，有人找你的时候手机就会响，没人找你，你就专心的做自己的事情。

第三点很重要，不要打开你的电脑微信页面，因为电脑聊天实在是太方便了，打字又快又轻松，也太容易回复了，因此会极大的影响你在电脑上做任何的事情，你发现没有？如果你想这一篇文章，但是你开着电脑微信，最后一晚上都变成了找好几个人聊天。

最后一点就是精力管理，所谓的精力管理是什么？就是指你的精神状态，比如说萎靡不振，其实我们现在生活的营养饮食都非常好，我们没有精神，可能不会因为在食物营养方面的问题，而是因为消耗太多的精神去做了一些没用的事。

比如说第一小事儿消耗太多的精力，我们每天生活里有很多的小事儿，这些小事什么时候做以及怎么安排是有顺序的。

比如说早晨起来要先做大步和大事儿，把小事儿放在最后，因为这个时候精力好，脑子清楚，应该去做大事儿，如果是晚上精力可能不太行，而且是马上要睡觉了，事情看着那么多，你就要先把小事儿做完，然后集中精力做大事儿，排列的顺序不对，会非常影响做事的效率。

第二点叫做无效的社交。昨天有一个朋友跟我说，他只做了一年，现在1个月能给他带来5位数的收益，很多人问他为什么你快点告诉我你怎么变现的？他说我一年就外出

见过三个好友，年轻的时候我们都喜欢呼朋唤友，觉得自己年龄越大，越发现每天出去见的可能是一些不太认识的人，或者是出去组了一些局打牌、聊天、闲扯，参加一些特别没有意思的所谓的聚会，消耗了自己很大的能量，特别是对于一些内向的人来讲，这些无效的社交几乎就是致命的伤害。

因此我推荐了一种方法叫做番茄工作法，我们注意力基本上就是20~20分钟，就像我们这个课程，其实原先设计的也是20~25分钟一节课，为什么要这样设计？是因为人的注意力就这么长时间，因此要非常好的利用好每一个20~25分钟的时间。所谓的番茄工作法就是每集中精力25分钟工作之后来休息5分钟，往复循环，利用好我们人类注意力的规律，来让生理规律适合学习的规律才能够事半功倍。

最后我们想单独提一下全职妈妈的实践经历管理问题，因为我也是一个全职妈妈，我发现报名的里面也有很多是全职妈妈，可能是比较特殊的一个人群，因为时间和精力也会比较特殊，我用自己的一些亲身的经验来分享几个小技巧。

第一点与家人协作一起带孩子，如果没有人能家人能够帮忙，就要适当的简化一些流程，这一点我特别有体会。

我的一些同事在国外一个人带1~2个小宝宝，还有时间化妆、拍片逛街等等，但在国内我们一家人带一个都带不过来，因为带孩子的理念不太一样，因此君姐这里不做推荐，因为教育理念和带孩子的方法，育儿方法不同，大家可以自行百度一下，找到一些看看国外的人他们是怎么带孩子的，找到一些自己能够接受的教育理念来尝试去改进。

具体大家可以百度一下，找到一些自己也能够接受的方法，来尝试去改进和简化自己带孩子的方式方法和流程。

第二点就是利用好孩子午睡的时间，比如说我的孩子是下午和晚上的时候睡觉，因此

下午和晚上是我工作强度最高的时间，虽然也很困也很累，但是要坚持住，因为只有这些时间我能够专心工作。

第三点想想自己真的是没有时间没精力的吗？为什么那么多妈妈群每天都叽叽喳喳聊的不停，能不能把聊妈妈群、婆婆、媳妇、小姑的这些八卦上的精力和时间拿来学习？

今天我们就分享到这儿，今天讲的内容比较多，因此我们大家可以重新回顾一下你对哪一个点特别有兴趣，可以尝试做一下，这里我还要唠叨几句，青姐的课程都是在实践中打磨出来的，因此也希望每一个同学能够把每周所学的真正用起来，而不是听听1234标题就跑了。

第二课：同样的事情，为什么别人能写本书，自己却什么感受都没有？

所以很多人在写作之初会有这样两个问题，

第一，我写不出来，我也不知道生活里哪有那么多的事可以写，是不是我的生活圈子

太无聊太狭窄了，我是不是应该出去找点刺激？

还有第二点，为什么我写的东西特别无趣，像个流水账，我自己都不爱看，可是别人写

的又深刻又有趣，他们都是怎么想到的？

我记得初中的时候我特别爱看还珠格格，因为那个时候还珠格格是琼瑶在游览完北京

的公主坟之后写的作品，因此那个时候我妈就跟我说，为什么琼瑶去趟公主坟回来就

能写个还珠格格，还写了快100多集了，我也去过公主坟就是个小土包，我看了看没有

什么感想我就回来了，如果现在让你去参观公主坟，你会回来写成什么样子？

但后来长大以后我知道我缺乏的不仅仅是想象力，而是自己的

知识储备、

想象力、

资源的挖掘与整合能力都是有很大的关系的。

因此今天欣姐就教大家几招，如何锻炼自己的思维能力，让文章有深度、有想象力、有

内涵，大家看完之后都会觉得好玩有趣，还有共鸣。第一个方法叫做拔高深挖隐身法

，我看了一些同学在社群里发的文章，很多都写得非常短，就事论事，描述完一件事情

就结束了。

那么这样一个文章让别人看的到底是什么？我们可以想一想一些**风靡网络的**

文章最吸引你的是什么？是这件事情本身吗？并不是

这件事情背后的思考和结论，以及作者从这件事情当中

总结出来的心得体会。而这种心得体会通常得出有两种

方式，第一深挖，第二拔高，深挖是什么呢？**深挖**。透过现象看本质而拔高，**就**

是将文章的立意升华到一个高度，而另外一种叫做**引申**。引申到其他相关的内容

地方去。

我给大家举一个我自己的文章，作为一个例子，我上个月写过一篇爆款文章，叫做这届高考状元，真是颜值高又很会玩，家里好自己就很厉害，教育就是拼爹妈太对了，这篇文章当天就过了100万的阅读量，大家可以扫描旁边那个二维码，可以直接扫进去看这篇文章，这个文章起源于北京状元的一句话，讲的是现在的状元自己都特别优秀，家里也非常好，这句话其实道出了目前的一个趋势。

我们看到越来越多的优秀的孩子并不是什么平凡人家的状元，而是说家里又好，自己又特别优秀，大部分现在越来越多是这样的孩子了，但这个只是一个表面的意思，也

是我们都能够看到的一个现状，因此我们把它深挖一下，为什么很多这样家庭的孩子越来越优秀，因为这样的家庭父母的文化程度比较高，他们自然从小就重视教育，但你又要说了在中国哪个家庭不重视教育，因此我们再深挖重视教育有两种方式，第一逼着孩子什么都不干，光学习。

第二带着孩子认识和探索世界素质教育的典范，很显然成为趋势的一定是后者，因此这部分就是我这篇文章的第二部分的观点。

第三部分我写什么是引申，我引申到自己曾经遇到过的两件事情，第一就是现在很多的私立或者贵族幼儿园面试的时候，都要考察家长的英文以及家长的教育理念，看看家长的教育理念跟学校幼儿园是不是相一致的。

第二件事，上海的幼儿园还要考察父母的身材，因为他们觉得管不住自己身材的人，也管控不了自己的人生，这样不好的影响一定会影响到他们的孩子。

这两个例子说明现在越来越多的私立和贵族学校，不是以前那种有钱就能上，而是越来越考察家庭的综合素质，因为家庭对孩子的影响将是巨大的，而这两个例子也当时在社会上引起了广泛的争议，但你仔细想想，又不得不承认它就是客观的现实。因此我把第三部分来引申到这样的一个故事，来回扣我这篇文章的主题和中心。

第四部分我把它拔高，我来提出一个问题，为什么这样？好的家庭的孩子越来越多的占据了社会的高峰，

我提出了这样的一个观点，叫做当一个家长自身非常优秀的时候，他会对自己身边的人和事都非常的包容，包括孩子，因为在他们的眼里，孩子的优秀不能单靠成绩来定义，还有很大的世界。

他们所给予孩子的也不仅仅是衣食无忧的物质环境，更重要的是来自于自身奋斗的经

验和方法，帮助孩子塑造好性格，掌握更高效的学习方法，学会为人处世与自信自强的建立和培养，为孩子创造认识与探索世界的机会。

这一切金钱的确起了很重要的作用，但比金钱更重要的是言传身教，所以我这样一个拔高就把它引到了一个最高的高度。就是说归根结底为什么这样家庭的孩子会越来越优秀？钱很重要，但比钱更重要的是家长所塑造的家庭环境。

最后我们把它引申到最高的段位就是提问，引发读者对自己对未来的深思，现在的孩子都这么优秀了，我们能比得上他们什么？而现在越来越多的我们已经或者即将成为别人的父母，我们会或者说能给我们的孩子一个怎样的未来？

深挖、拔高、引申、提问，引人深思，这是一个完整的闭环。因此这篇文章不仅在公号是爆款，在各个平台都是爆款。

第二点我叫做一个点掏空法，也叫做细节深挖法，这是我经常使用的一个方法。为什么？因为生活里其实没有那么多热点的事情发生，不可能天天都有大很大的事情发生，而且即使有很大的事情发生，你也不一定都有话说，都有东西可写，更重要的是我们日常生活中的小事儿，如何把小事儿写出深度呢？

我总结了这么一个方法，叫做一个点掏空法或者叫做细节深挖法。就是说在一个细小的事情上深挖下去，全文围绕一个点立意升华，这是我们通常写作遇到的情况。

我再举一个例子，我曾经工作的时候有一次项目需要拍广告，当时跟片是我亲自去跟的，事实上我平时做工作的内容跟广告没有什么太大关系，广告这部分是由广告部同志亲自去做的，但是那一次可能人员比较调配不开，所以我就去了。

因为凌晨3:00到片场是在一个五星级酒店，因为我第一次拍广告，我不太知道这个时候大家都是这么早，我就会觉得我太辛苦了，3:00起床去上班听都没有听说过，我简直太可怕了，太让人感动了，我对为自己的努力而感动，我出门都打不着车，我硬是生生走到五星级酒店，幸好在我家旁边，但当我到了之后，我发现剧组100多号人都到了，大家正在互相分发豆浆、烧饼，当早餐还有些人补光布景，还有一些摄像机摄影师等等，连7岁的小演员都在一边化妆一边背英语单词，当时是凌晨3点，我看到这一幕的时候非常的震惊，我所震惊的不是说大家都比我起得早，而是在这件事情上我开始了深挖，我深挖到什么事情了呢？

第一，大家都比我辛苦，但大家没有一个人抱怨，因为这是工作，大家都知道这是工作要的是专业，不是谁来抱怨自己，或者炫耀自己，凌晨3:00到场多辛苦，

第二点，这是我第一次跟广告片对我来讲是个全新的事情，每一处每一角、每个人、每一花、每一草每一木对我来讲都是新鲜的，连中午吃盒饭对我都有新鲜的事。因此通过今天的跟片，我看到了很多从来没有见过的东西。

第三点，我就回顾了一下，我在做这个广告片从前到后，因为我从来没有做过，这是第一次我遇到了很多的困难，无论是客户还是导演，他们总会提出很多的问题让我夹在中间，没有办法去处理，特别痛苦每天。但是我那个时候发现自己并不擅长，还硬要上这种感觉特别难受。我当时就觉得我是不是做错了事情，我是不是应该让别的人来做这件事情，我明明不擅长，我为什么非要做呢？

第四点我明白了一件事情，人要有勇气去尝试自己不擅长，甚至有挫败感的事情，并且要不断的给自己打鸡血来保持这样的热情，或许我们都不会以此为生，但一辈子就尝试这么一次，也是非常珍贵的体验，以便于我们可以通过这一次珍贵的体验来深刻的理解这万千世界的不易和不同。

这就是我个人通过这样的一件小小的事情，一个凌晨3点起床的见闻，以及拍广告片

这么一天的24小时的一件小事情，来看到这件事情背后对我自己的教育意义，以及希望能够分享给别人的一点人生的小道理。

也就是说其实没有人愿意看你的文章去看你有多辛苦，你3:00起床还是5:00起床，别人都干什么，你有多累多感动自己，大家看的不是这个大家想要看到的，更多的是你通过这样的一件事情得到了一个什么样的人生的哲理，这个道理能够是否能够支持我们不断的在自己的人生道路当中不断的精进，不断的打满了鸡血往前走，是这个道理。

第三个方法叫做三层思考排除法。我小时候写作文的时候，老师跟我说，如何让自己的想法出挑，其中最重要的一点，我记到现在要排除自己遇到任何事情的前两个方法，也就是说当我们遇到一件事情的时候，脑子里立刻就

会蹦出一个想法，但这个想法也一定是大多数人能够想到的，这个时候我们需要再想一个，但是要再想一个趋同性也会很高的，那么你就要使劲往后想，越往后想你就会越不容易，但是你的想法也越不容易跟别人相同，也越来越容易能够成为一个独树一帜的观点和想法。

我举一个例子，无论是欢乐颂还是我的前半生，都是火得一塌糊涂的电视剧。几乎在播放的时候，一整个月你看到的微信都是相关的稿子在各个角度，但是你会发现如果在前面写你很容易红很容易爆，但如果是在稿子狂潮的越往后的时候，它才是越来越不容易爆，但也是越来越考验作者功力的时候，一个新颖的角度会让自己在所有的稿件狂潮当中脱颖而出。

在欢乐颂二开始的时候，也有很多的文章，其实他们都开始准备要写，但是那个时候大家发现欢乐颂二和欢乐颂一没有什么区别，只是故事的延续并没有所谓的再生一个，或者是新的社会的热点文章道理报酬。所以一开始文章写出来都没有什么比较平

，没有什么感觉，但这个时候有一个文章吸引了我的关注，而且我发现文章刷屏刷得很厉害，就是讲基点和小包总谁更适合安迪，这篇文章不提什么阶层，圈层也不提什么原生家庭重男轻女，樊胜美的变态爹妈什么的，他就单独讲特别简单的道理，就是基点和小包总谁更适合安定，就叫爱情，然后得出一个非常简单的结论，就是让安迪笑得最多的那个人就是适合安迪的。

这个观点非常简单，也是我们大家众望所归特别希望看到的。

而且整个文章他都专门对比了，截了很多的图，对比了安迪跟小包总和安迪跟几点之间在一起的时候，安迪表情姿态放松的感觉，所以你从这篇文章立刻一目了然说真正美好的爱情是这个样子，你在感叹之余也会特别认同这样的一个观点，而这个文章恰恰从这些所谓特别沉重的一些话题，什么圈层重男轻女，原生父母这些沉重的话语当中脱颖而出，让大家觉得轻松有趣又温暖对吗？

第四点叫做大咖对比法，高下立分，我们每一个人都关注了很多公众号，天

天看别人写的好多内容，无论是日常文章热点事件还是广告，但你看完之后有没有想过一些什么？

我通常会做这么几点，第一，同一个主题我会思考，如果是我遇到这件事，我会怎么想，或者说有一个热点发生了，别人写了一篇文章，但我就对这个事情无感，我就会想为什么这个主题下我就想不到要写这样的一个角度的好文章。

第二点我会想我没有想到这个角度，那么这个角度是怎么被想出来的，它是通过怎么样的一个思维过程被引出来的。

第三点，如果现在要让我写这篇文章，这个主题的话我会来怎么写。

第四点，如果我跟大咖今天写同一个题目的文章，就是说同题写作，我的文章和角度跟大咖来比，差距是什么呢？而这些差距能够暴露出我什么样的问题？比如说缺乏故

事，缺乏人脉，缺乏形象力、想象力还是叙事能力。我最爱看的是大咖写的广告，因为我特别喜欢的研究是他们如何把广告的精髓跟他们前面的故事联系在一起的。

第二点就是两者之间有什么一致的地方，让他们能够这么完美的衔接。

第三点就是说如果现在客户是找我来写，我会怎么写，我会怎么选材，我会怎么选题，我会用什么东西，怎么样去衔接这个部分，我会不会去做得很土很俗，很多时候我们不需要同题写作写出来，光是脑子里想一想就能高下立分，自己的弱点一定暴露，根本用不着什么所谓的迷茫，自己为什么写不好？

为什么没有人看自己这么一比立刻就明白了。

所以我经常这么来对比，我也经常会让我的助理帮我去把一些大咖的这种文章，还有广告都给我收集过来，我挨个没事干就干学习，我就主要学习我们之间的思路、思维

方式、主题有什么样的角度，为什么我没有想到这个文章写的太好了，这广告太妙了，我怎么就想不到我差在哪了呢？

所以说如果我们能一天研究一篇大咖的文章，都不要多一篇，再根据对比的结果慢慢的补足自己的缺点，比如说我可能就不懂这段历史，所以我压根就写不出来，我可能那一段的故事我压根都不知道，我可能也就不会写，因此就去弥补这样的弱点，不出一个月你的文章一定能上一个大台阶。

第五个方法叫做名家细节观察法。我们现在很少去读一些名家名作了，互联网时代手机里的文章都看不完，更别提什么名家名作。但是如果你真的想学习写作，就请你一定要多读一些名家名作，沈从文、冰心、巴金等等，你阅读的时候就会发现小的时候那种单纯的朗朗读书读课文的感觉又回来了，你的整个世界都安静，这才是真正的文学。

我个人在读中文系的时候要求读的书目很多，虽然我没有读完，但是现在我一有时间就特别的想读这样的文学作品，去读真正的名家名作，看他们的思想和遣词造句，一个微小的事情如何写得让你落泪，这样的东西才是真正能灌输到你内心的一些营养，而不仅仅是一堆的10万加爆款文章，可能你会说你帮我推荐几本，我应该读什么，我觉得这个我不能给大家推荐，因为大家要根据自己的喜好，可能有人喜欢当代，有人喜欢现代，有人喜欢外国，有人喜欢古代对吧？

所以建议大家在百度上去百度一下中文系本科必读书目，或者如果你觉得很高阶，你可以去读一些中文系硕士生必读的书目，它会有一个完整的list，如果说你不愿意去百度的话，我们也做出来 List，在课程之后我们会把整个的书目直接发到我们的官方社群当中，大家可以自行打开，下载之后去按照里边的一些书目内容去查找一些书。

第六点叫做生活资讯收集法，平时我们是怎么接受生活资讯的，比如说广告、朋友圈、微博、微信、网络，还有其中有很多深刻的观点和金句，你可能都不知道，我其实有好

几个10万加题目，或者是文章观点都来自于朋友圈里朋友的吐槽，我觉得这句话说的太好了，我就把它收藏起来，或者放到小本本上，我把它记下来。

我的朋友圈还有很多的微商，我特别喜欢看他们的朋友圈，因为他们的朋友圈不光是卖货，他经常有一些很深的哲理，这些哲理和这些文案特别的精辟，一看完就想动手买，这种功力不是一般人达到的，所以我经常去看收集他们的这些功力的文案，让我觉得特别受益匪浅，我是写不出来的。

比如说我给大家举三个例子卖燕窝的，曾经认为女人善良就很好了，直到有一天看到一句广告语，一味的标榜内在而忽视外，在那也是一种肤浅。女人应该看起来是优雅的，闻起来是香的，摸起来是滑的。希望我们60岁走在大街上的时候，还有小帅哥向我们吹口哨，抬起优雅的手告诉他，我是你奶奶卖保险的。

最近流行一句话，为什么你生病叫我来为你捐款，为什么要别人来为你买单，含泪筹款不如含笑投保？有能力的时候投个保，落魄的时候就有尊严。

保险是一种生活方式，求人不如求己，将来的你一定会感谢现在为自己投保的你卖房子的最后一周的买房机会，回望你的看房历史，你看过的房子都已经出售了，当时觉得这房哪都不合适，现在你觉得哪都挺好的，只可惜了一比较房价又涨了，只因为当初你对我们少了一份信任，对我们的肺腑之言视而不见，觉得我们就专门来坑你钱，骗你钱挣你钱的一年又一年的总结，有人欢笑有人悲，也许你觉得我这文章太夸张了，但它一定会给你留下深刻的印象，其实这就是一种成功广告作用就是让你直击痛点，当场见血，当场买单。

第七点叫做同题材多角度观察思考法，还是欢乐颂和我的前半生的例子。铺天盖地的文章你有没有总结过，或者把它们都罗列到一起，细细的看过这些文章所罗列出来的观点和角度，你有没有仔细的分析过？如果你来写这两个剧的一些剧评也好，文章也好，你准备从哪个角度来切入那些其他的文章，他们的角度你都想过吗？那些10万加爆款的文章，你为什么没有想到那么那些跟你写的角度一样的文章，他们如果写出来和你写出来的段落和内容，以及所有引用的故事也好，图片也好，跟你有什么不一样？

你想的有没有这些文章完整和深刻？你又差在哪里了呢？这些都是值得我们好好的去思考和观察的地方。

比如我给大家举一个例子，在我的前半生这篇文章刚刚开始的时候，很多人都沉迷在所谓的小三出轨、唐晶、贺涵这些所有的人物故事当中，但有一篇文章吸引了我的注意力，而且几乎是刷屏的，它叫做罗子君的逆袭，告诉我们一个强大的朋友圈有多重要，他没有去讲一些八卦撕逼小三的故事，他讲的是朋友圈，你仔细想一想确实是罗子君的逆袭全靠他一个强大的朋友圈，那么这篇文章所给我们讲的也不仅仅是罗子君的朋友圈，贺涵或者唐静，还包括唐晶自己的朋友圈，贺涵的朋友圈，比如说他的客户，比如说老卓，他所分析的所有就把朋友圈的关系说得面面俱到，而不仅仅是贺涵，唐晶对于罗子君的重要性。

这样一篇文章角度非常的新颖，迅速的就蹿红了，很多的大号都在狂转这篇文章，因为讲的太有道理了，那么这样的一个角度我就没有想到，我想到的可能是最土最俗的那么一篇，虽然也是一个10万加爆款的文章，但是对于这篇文章来讲，我更觉得这篇

文章的角度更加的另辟蹊径，让我觉得这个角度我没有想过，我是不是应该仔细思考一下这样一个角度，我为什么就没有写出来？

虽然我那篇文章的点击量也是非常高，七八十万点击量，但是那个角度我觉得会有很多人跟我有一样的角度，只是说他们没有我写的快，但是朋友圈的角度可能并不是所有人都能够想得得到的，因此我更加关注和珍惜这个文章的角度。

第八点叫做争当历史第一，找一个永恒的价值点。我做事有一个习惯，我从来不愿意去做一些别人做过的事儿，写一些别人写过的观点。因此我每做的一件事情的时候，我都会想，我想到了这一点，别人也一定能想到，那么我有没有新的想法呢？历史永远会记住第一个人，哪怕他做的再差，我给大家举一个我自己的例子，再自夸一下，6年以前我去了一趟台湾，那个时候去台湾的人很少，市面上也没有什么台湾的旅游的攻略，这一类的书都没有，全是凭自己在网上一点点去搜搜一些仅有的几个的去过台湾的人，他们回来写的一点点的内容和攻略，我就靠这一点点东西把它打印成纸去了台湾。

我的旅程其实跟很多人没有什么大的区别，无非就是吃逛逛看看景点，跟当地人说话，回来以后我就想写个台湾游记，我觉得自己去了也挺不容易的，大家也没有去过，我想写点什么东西，当时我在想市面上我见过的大部分的旅游的游记是什么样呢？是流水账，是攻略，是怎么买票，怎么办签证，门票多少钱，火车票在哪买比较划算，无非就是这样对吧？但是我个人不是一个对这种事情感兴趣的人，如果我写成这样可能会非常简单。但问题是这些东西对我来讲，将来回头看的时候有什么意义？

因为在旅游圈里永远都有比我花钱少，花的值玩的多的资深玩家会进入，而且资讯过时会的非常的快的，可能一两年之后我的所谓提供这些资讯全都过时了，我所贡献的这些资源就没有任何意义了。当时我就在想，这一路上除了吃喝玩乐，还有什么最有意义，最让我难忘？是每一站遇到的人和故事，他们对我的帮助和关怀，帮助我一个人环岛了整个台湾。

我想写一写他们跟我之间在每一站所发生的故事，我这人记忆力不好，所以过去的事情我很难想起来，所以我把照片一一张的翻出来，把故事一点一点的回忆起来，每一

点每一滴每句话每一分钟，我用每一站遇到的人和故事，每天写一个故事，串联起整个的游记。

这本书刚开始的时候在博客上发布的，只是在我个人的博客上还不是书，然后在豆瓣我仅仅是写了一些目录，因为图片太多，我没有办法一点点去粘，豆瓣上有很多台湾网友，他们通过了我的文字，看到了他们生活已久的台湾，原来在大陆人眼里是这样子的，那么乐于助人又特别的温暖，而他们生活在其中太久了，都忘记了很多人把我的文章转到台湾的PPT上，引来了媒体和出版社的很大的关注。

于是我就有了这么一本游记书，而这一本书是两岸第一本自由行交流的游记小说，注意它不是攻略，也不是流水账，也不是风景照片，一页一页的堆砌，是故事是人是感情，是回忆，是每一站都有一个人，就像上帝派来的一样帮助我完成那个地区那一个小城市的所有的旅行。

这么多年过去了，台湾也有了更多的大陆留学生过去留学，很多的留学生写了各种各

样的台湾游记，层出不穷非常多，但是在媒体提到台湾自由行游记的时候，我的这本书永远以第一的位置出现，我也因为这本书的特别认识了很多，见识了很多事儿，也与曾经书里和电视里才见过的很多大咖一起做节目，特别的让我开拓了眼界。

我当时就在想，如果当年我回来写的仅仅是一份攻略流水账，可能这一切都不会再发生了，这件事情告诉我一个道理，永远要做第一名的那个人，可能会让你辛苦一点，但是一定会有一个完全不同的结果，而这个结果你一定会用尽一生来回报你当年辛苦的冥思苦想。

第九点叫做读小说，拉伸想象力，我是个从小就想象力特别差的人，所以我写不了小说，也编不了故事。

很多人问我新年你写那么多励志的文章，那里面的故事是真的吗？我周围怎么就没有那么励志的人呢？

其实都是真的，因为我想象力很差，我编不出来任何东西，就连一个名字我都编不出来，编出来的话我会觉得这篇文章整个写的都特别不顺，所以我一直以来都是这样的一个人，但是我特别羡慕我周围那些写小说写编剧的朋友，我读他们写的每一本小说和剧本，我都惊叹于他们的脑洞。

塞怎么想的，就这么点大个事儿，你能想出一本书来，我还去看了很多中外的小说，我会觉得看人写的太牛了，怎么想的呢？这么点个就走上玉观音一事，他能想到古代去，我连5000字都想不出来，因此我就用这种方法来打开自己的脑洞。

很多人说读小说有什么用，一本书是几十块钱，看完什么干货都没有一篇故事，但对于我来讲读一本小说，我会思考这么几个问题，第一，这个故事是用什么结构叙述的？

第二，故事的原型或者起点是一个什么样的东西，比如说就是一个玉观音或就是一个

手杖，然后作者通过加了什么样的戏和思维方式把这个故事变换成什么样子。比如说刚开始我们说还珠格格，看到了一个公主坟一个小土包，他是怎么写出了**100**多集的电视剧。

第三点就是说这个小说是怎么铺陈的？有些小说的结构是正叙，还有倒叙，还有插叙，还有不同的人物，他在不断的说话，不断的转变他们的人物故事的身份，都是不同的铺陈的方式。

如果读到一些名震世界的小说，我会去想原因是什么，是故事是描述还是角度，还是背后有什么深刻的意义，我会挖很多的书评和别的地方的一些全球的评论来看这个故事为什么这么火，它到底折射出来什么了？他到底为什么让这么多人这么爱看，一定是有原因的。如果我来写这样的题材，我能编到什么程度就死活编不下去。

很多人说我不会写故事，很多人买了好多的书去写怎么写故事，怎么编故事，故事的4要素，故事的大结构都在讲这些东西，可是有那么多已经写好的棒极了的小说故事，

一个故事只要你二三十块钱，或者说你可以甚至图书馆借阅或者电子版几块钱，甚至不花钱，你就可以得到这么棒的故事，为什么不看一看？如果我们能够从中这样反向的思考一下，一定会让你受益匪浅，灵光乍现。好了，这就是我们今天的9种让你开脑洞找话题的方法。但无论是怎样的一个技巧，都一定是建立在大量阅读的前提之下。比如说开头我们学校的还珠格格，如果琼瑶没有一定的历史知识，他可能连乾隆、康熙、雍正都分不太清楚，更不会编出一连串的故事，因此想要学好写作，阅读是永远不能够忽视的一点。

这些所有的方法大家都可以进行练习，也可以挑出1~2个方法来进行研究，最重要的是找到最适合自己的对你最有效用的最快的一个方法，我观察到很多同学最近都开始写文章，而且很多人坚持每天写1000或者2000字的文章，非常高兴能够看到大家有这样的热情，希望大家从今天开始写作的时候，能够在找话题和思考话题的方面，独章一点点功夫，看看自己会发生怎样的不一样。

今天我们有三个小作业，第一点叫做说说这9种方法里自己最喜欢哪一个，以及哪一个自己从来没有想到过。第二点就是思考，如果你来写一篇关于我的前半生的文章，

你会用什么样的角度，什么样的论据搜索一下我前半生相关的所有的文章，去找一找有没有跟你完全一样的角度，看看对比一下，一定要去找一些阅读量比较高的文章，不要去找阅读量比较低的文章，去找一些高的文章去对比，对比一下自己的角度观点内容有没有什么欠缺和不一样的地方，以及那些跟自己角度不一样的文章，他们都是怎么样的去思考，怎么样的去铺陈自己的观点。

第三就是为自己制定一个名家名作的读书计划，不需要很多，我们暂定一个月读一本，具体的书单将由助理发在社群空间里面，大家可以自行取用。

好了，以上就是我们今天第二课的所有内容，希望能够对大家有所帮助，也希望大家能够真正的运用起来，学以致用才是最好的学习方式。每周听一节课，学一个方法，练习一个星期。当我们课程全部结束的时候，再拿出来你的文章跟20周之前相比，你会发现你所有的辛苦对得起你付出的所有时光。谢谢大家，下周再见，